

车轮上的越剧课 两年培养 30 对“梁山伯与祝英台”

本报记者 孙磊

3月27日是越剧诞生120周年。眼下,在这一戏曲剧种的起源地嵊州,有堂“车轮上的越剧课”成为流动的风景区。从该市越剧团退休的过君英婉拒高薪商演邀请,主动报名担任市级越剧文化特派员,一年365天约有300天坐车把公益越剧课送到基层镇街社区,学员最大80岁,最小4岁,90%为越剧零基础。

教会5岁孩子找“丹田”

过君英不会开车,她把课上到哪儿,丈夫马剑都会开着“爱妻号”私家车护送到哪儿。

“我算是陈丽君的师姐了。”40年前,过君英从嵊州越剧艺术学校毕业进入嵊州市越剧团,工徐派小生,兼工花旦;马剑则是剧团里的作曲、指挥及乐队演奏员。

“过老师,你常说的‘丹田’,是在我胃里吗?”5岁女孩马橙曦学唱《血手印》时问道。过君英手把手引导她感受:“你慢慢吸气,气收进来之后,注意在横膈膜这里,用丹田把它顶上去。”几堂课下来,



过君英(中排左五)极力为学员争取演出机会,而先生马剑(中排左一)总是全力支持妻子的公益越剧事业。
受访者供图

小马不再用喉咙硬唱的唱法,能唱出轻重音了。

教30对“梁山伯与祝英台”

过君英联系的基层服务点是鹿山街道长宁社区、浦口街道东郭村和谷来镇二村。

“昨晚我数了数,这两年教出了30对零基础的‘梁山伯与祝英台’,他们都已经能独立出演《十八相送》了。”过君英透露,除了授课,自己还极力为学员们争取各类演出机会。去年,8岁学员孩子姚亦涵过关斩将成为嵊州“村越”的“少年强基”全国10强选手,还以“九斤姑娘”装扮亮相浙BA赛场。

教出金发碧眼“林妹妹”

在过君英的课堂上,“有教无类”体现在,只要你对越剧感兴趣,随时可以插班做旁听生。她在越剧小镇授课时,一位外国女游客被优美扮相和婉约唱功吸引,临时调整行程,全程参与40分钟的越剧体验课。

“我也不知道对方是哪国人,会说一些中文,所以学得比较快。”过君英回忆,课程结束时,这位外国妹子已经能把那句“天上掉下个林妹妹”唱得像模像样了。

这段十分偶然的异国师生缘让过君英强烈感受到:越剧是民族的,更是世界的。

路桥区 关爱银龄健康

本报讯(通讯员 张煜杰)近日,台州市路桥区老年大学在新学期精心组织口腔健康专题科普宣传活动,邀请恩泽医院口腔部副主任医师陈申国到校授课,为广大学员送上专业、实用的口腔健康“必修课”。

此次科普活动获得在场学员一致好评与广泛认可,大家纷纷表示,既学到了科学的口腔保健知识,也感受到学校对老年群体健康的细致关怀。

庆元县 科技服务护航春耕

本报讯(许南涛 通讯员 叶华永)3月中旬以来,丽水市庆元县老科协组织农林专家深入田间,围绕林下经济、粮食生产、特色果业开展精准科技服务,助力春耕。

3月13日,高级农艺师沈元户前往五大堡乡后广村,为庆元欣海家庭农场三叶青种植基地因地制宜,指导施肥、补苗等技术。3月18日,县老科协副会长张成岳带领果业专家朱志东、叶定文,深入竹口镇黄坛现代农业园区及濠洲街道果园,指导褐斑病防治。

嵊州市 银发聚棋枰

本报讯(通讯员 李斌)近日,由绍兴嵊州市老年人体育协会举办的2026年嵊州市老年人围棋、中国象棋交流活动,在嵊州市体育中心围棋馆圆满举行。来自嵊州市老年体协各乡镇街道分会、各活动大组的22支代表队125名围棋和中国象棋运动爱好者参加了此次交流活动。活动现场,运动员们聚精会神、斗智斗勇,精彩的棋局对阵,充满了智慧的博弈,赢得现场观众的高度赞许。

别再被误导! 洗牙不“背锅”



00后说真相

本报讯(记者 张文利)近期,关于洗牙的一些“坏处”在网上引发讨论。不少人表示,洗牙后感觉牙缝变大、牙齿变敏感。口腔科医生表示,这恰恰说明洗牙起到了应有的效果。

牙缝“变大”的背后,其实是长期堆积的牙结石被清除了,牙龈肿胀消退,原本存在

的牙缝便暴露出来。这不是洗牙造成的,而是牙周病本身的结果。洗牙后牙齿变敏感,则是因为被牙结石长期覆盖的牙根面重新暴露。

关于洗牙,公众还存在几个常见误区。一是认为认真刷牙就无需洗牙,但多数人刷牙时长和方法难以做到彻底清洁,牙结石一旦形成只能通过洗牙去除。二是担心洗牙磨损牙齿,实际上超声波洁牙通过高频震荡震碎牙石,并非

物理刮擦,不会损伤牙体。三是顾虑洗牙出血会传染疾病,正规医疗机构严格执行“一人一用一消毒”的器械管理,交叉感染风险极低。

医生建议,健康人群应每半年到一年洗牙一次,这是预防牙龈炎、牙周炎及牙齿松动脱落的重要手段。



视频号



抖音号